Como debemos divertirnos

Por Ralph M. Lewis, F.R.C.

Todo el mundo desea divertirse. ¡En qué patético fracaso termina el esfuerzo de muchos por divertirse! A muchas personas parece lógico que sea necesaria una instrucción académica y una larga preparación para que uno esté listo para los trabajos de este mundo.

Las escuelas, colegios, centros de adultos y cursos por correspondencia, son aceptados como métodos preparatorios esenciales para convertir nuestras habilidades generales en esfuerzos especializados que puedan ofrecerse como servicios personales. Sin embargo, se supone que lo opuesto de trabajar, o sea jugar o divertirse, es no solamente un deseo natural sino que todo el mundo sabe cómo satisfacerlo.
El individuo corriente cree que la preparación para distraerse se limita a aprender las reglas de algún juego o a adquirir la técnica de algún deporte especial.

El primer error que cometen los que nunca se han divertido es el de confundir el tiempo de distraerse con la distracción misma. No consideraríamos que es un obrero diligente aquel que aparta muchas horas del día para trabajar y que sin embargo no trabaja. No obstante, millones de personas hoy aguardan el fin de su rutina diaria de trabajo o el fin de semana, como si fuera el comienzo de una diversión. Cuando terminan sus tareas, o ponen sus herramientas sobre un banco, o cubren sus máquinas de escribir, ocurre una transición de intereses hacia lo que tienen costumbre de considerar como una diversión.

No hay duda de que temporalmente, por una hora o dos, o en la noche, esas personas sienten algún descanso, un relajamiento de tensión y se recobran de las fatigas. Sin embargo, al poco tiempo se sienten físicamente descansados y entonces con cada hora adicional de descanso se les va disminuyendo la satisfacción.

Millones de personas están deseosas de regresar al trabajo cada lunes, no porque gocen con su trabajo sino por que entre los dos períodos, el de trabajo y el de la diversión inapropiada, el primero es el que más fácilmente se soporta. Hay trabajadores que suspiran cada día anhelando el período de vacación como descanso de su trabajo, por el esparcimiento que trae consigo. Cuando la época de las vacaciones llega, después de los primeros dos o tres días, necesarios para recuperar la energía, hallan que los día siguientes son largos, pesados y fastidiosos. Tales personas, como todos los seres humanos, tienen un intenso deseo de jugar, de distraerse, pero nunca se satisfacen. En su mente, continuaban asociando la hora del ocio con la satisfacción de divertirse. Anhelan mayores períodos de descanso durante el trabajo, para hallar solamente que no ofrece ningún placer especial.

Muchos hombres se han agotado mental y físicamente, han perjudicado su salud para reunir una fortuna a fin de poder retirarse de los negocios a los

cincuenta años, y entonces jugar, divertirse. Para asombro suyo, los años más desagradables de su vida han sido los de ese retiro. A amigos y conocidos les han hablado de esa idea de divertirse, pero en realidad nunca han jugado, no han sabido cómo hacerlo, sólo han estado ociosos.

Si recorremos las calles de cualquier gran ciudad americana un sábado por la noche, veremos que los salones de cócteles, las tabernas y los bares de los mejores hoteles, lo mismo que los de las callejuelas, están llenos de gente. Esto se ha convertido en una rutina de los sábados y quizás también de los domingos.
Algunos pueden estar embriagados, pero no es este el tema que nos ocupa. ¿Por qué esas personas acuden a esos salones recargados de humo, calientes y desagradables? Los precios que pagan por lo que toman son elevadísimos. Sacrifican su comodidad personal para ser apretujados o empujados por extraños. Si preguntamos a cualquiera de ellos, individualmente, si prefiere que su bebida se la sirvan allí, lo más probable es que conteste: "no es preciso que sea aquí." Ese individuo no nos dirá que tiene un afecto especial por la congestión de gente, el aire viciado o los muchos clientes con quienes pueda reunirse.

Entonces ¿por qué lo hace? "Tengo que divertirme; no puedo estar trabajando todo el tiempo," será probablemente la contestación.

Esas personas no son entusiastas del licor ni están acostumbradas a las tabernas. Probablemente son de moral circunspecta como cualquier persona de la calle. Pero son "escapistas." Desgraciadamente, han confundido lo que distrae su atención de la rutina diaria con el juego o la diversión. Después de varias horas de ese "escape," la mayoría de esas personas reconocerá que aquello no fue especialmente divertido, pero por lo menos fue diferente de su ocupación diaria. He usado como ejemplo aquellas personas que frecuentan los bares y los salones de cócteles. Numerosos ejemplos, igualmente apropiados, pudieran citarse, en los que no entraría el factor de la bebida.

En todos esos casos es evidente que le comprensión apropiada de lo que es jugar o divertirse no la ha tenido el individuo. Una persona está verdadera-mente jugando o entreteniéndose cuando siente placer o gozo con lo que está haciendo. El divertirse es un estado positivo. La satisfacción que produce debe buscarse de manera tan diligente como el resultado del trabajo, pero se encuentra placer al hacerlo. La interpretación errada del juego o la diversión es considerarlo como estado negativo, como un estado de ocio, una simple suspensión u olvido de los asuntos y deberes corrientes. Cuando, por ejemplo, se asciende una montaña con un bulto en la espalda, y cada uno de nuestros músculos duele, y cada nervio protesta, nada es tan atractivo como la idea del descanso después del esfuerzo. Cuando finalmente nos quitamos el bulto de la espalda y nos sentamos en el suelo el tiempo necesario para recobrarse, nada parece tan grato como ese descanso.

Sin embargo, cuando pasa este período, ¿entonces, qué? Pues entonces o se siente intranquilidad por el ocio forzado, o se re-emprende el penoso ascenso.

Esto describe, más o menos, la facultad de jugar o distraerse de una persona cualquiera. Se adquiere una especie de placer negativo que proviene del descanso. Este pasa rápidamente y con la nueva energía, nos deja irritados. El individuo regresa a su trabajo como único canal para gastar esas energías, y se queda perplejo ante la incapacidad de la vida para ofrecerle alguna felicidad. Esas personas miran a sus vecinos, quienes, por ejemplo, están desarmando un motor eléctrico, o fabricando un estuche para herramientas, o leyendo algún libro de su biblioteca privada, el domingo por la mañana, y a esos individuos se les califica de "ávidos de trabajar." En realidad, esos vecinos pueden estar disfrutando de un verdadero entretenimiento.

Están "jugando" vivamente. Están haciendo algo diferente, y están haciendo lo que quieren hacer. La idea de hacerlo es un ideal y la realización de él produce una satisfacción verdadera. Es cierto que están trabajando para lograrlo, en el sentido de que están gastando energías, pero en todo otro sentido, están jugando. Al final del día, pueden estar mental o físicamente cansados, pero se sienten felices y satisfechos. Ninguna persona que emplee su tiempo de divertirse en tratar de "escaparse" conocerá jamás ese verdadero entretenimiento.

¿Cómo empezamos a divertirnos? haciendo algo que queremos hacer, que nos da un placer que hace algo más que mitigar el trabajo que requiere. Si usted prefiere no hacer absolutamente nada, usted no es normal. O estamos continuamente exhaustos, o necesitamos consultar a un médico. No hay una persona normal y de buena salud que no pueda pensar en algo que le gustaría hacer más bien que estar ociosa, pero a esto no lo consideran jugar o divertirse. Todo aquello que nos lleva a concentrarnos, a ocupar nuestra conciencia o nuestras manos, y que nos produce una saludable satisfacción mental, es un juego, una distracción.

Pensar que para divertirnos tenemos que entregarnos a algún juego tonto o pasatiempo desprovisto de interés, es absurdo. Para saber si estamos verdaderamente divirtiéndonos basta con determinar si nos gusta lo que hacemos. Por lo tanto, el juego o la distracción es un asunto personal. Hacer algo que alguien llama juego y que no nos produce satisfacción, es para nosotros un trabajo, sea cual fuere el sujeto y sean quienes fueren los que en él tomen parte.

No debemos tratar de entretenernos sino cuando estamos descansados. Cuando estamos sumamente cansados, hasta el comer requiere un esfuerzo. Podemos jugar con los demás, si así lo deseamos, pero siempre debemos jugar para nosotros mismos. Dicho de otro modo, juguemos o divirtámonos por el placer que obtenemos con ello y no para demostrar nuestra habilidad. Los juegos y deportes de competencia pueden llevarnos a gastar energía y a hacer esfuerzos que están más allá del punto en que gozamos. Si nuestra constitución psicológica sólo nos permite satisfacción cuando ganamos, sea cual fuere el precio de las consecuencias, entonces los deportes y juegos de competencia serían apropiados para nosotros.

El que verdaderamente sabe jugar o distraerse, se convierte en un trabajador mejor, y su trabajo se convierte en algo que proporciona placer, a la vez que medios de subsistencia.